AVANTAGES HORS SERIE
10 BOULEVARD DES FRERES VOISIN
92130 ISSY LES MOULINEAUX - 01 41 46 88 88





N 28/2013
Parution irrégulière

Surface approx. (cm²) : 523
N° de page : 15

Huile d'olive, mode d'emploi

Appellations d'origine, vierges, extras et autres premières pressions à froid, comment se repérer parmi toutes ces mentions et profiter au mieux de ses qualités... Par Frédérique Maupu Flament

Huile d'olive vierge

Tout est naturel ! Il en existe plusieurs catégories (extra, fine ou courante), et toutes sont obtenues à partir de procédés qui n'entraînent pas d'altération. Plus le taux d'acidité de l'huile est bas, meilleure est la qualité.

Huile d'olive vierge extra

Son taux d'acidité très faible en fait la meilleure de toutes. Bon à savoir : son taux d'acide oléique ne doit pas excéder 1 gramme pour 100 grammes. Curieusement, la mention « huile d'olive vierge première pression à froid » n'est pas gage de qualité et date de l'époque où les moulins, peu puissants, avaient besoin de faire une seconde pression en additionnant de l'eau chaude. Donc, ça ne veut plus rien dire...



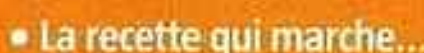
Un flacon luxueux pour un hymne à la Provence, avec cette huile d'olive AOP qui se déguste en salade ou sur une viande grillée. *Provence mon amour, 18€ (20 cl), www.estoublon.com*

HUILE DE BEAUTÉ

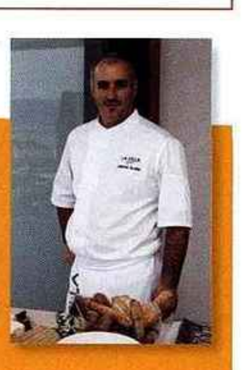
L'huile d'olive corse est l'une des plus parfumées de notre terroir. Star des fourneaux, Sébastien Sevellec, chef étoilé de la Table de Bastien, à Calvi, va même jusqu'à l'appeler « l'or du maquis Corse ». Pour lui, elle exhale le meilleur de son parfum au naturel, bien sûr.

- La recette qui marche...
Montée en sabayon avec un filet de citron, elle accompagne à merveille des asperges, que je sers en entrée avec des copeaux de prisuttu (jambon corse) et des feuilles de roquette.

- La sublimer sans se tromper...
Une bonne tomate, ou tout simplement du bon pain. Un simple morceau frotté à l'ail, recouvert de morceaux de tomate fraîche et arrosé d'huile d'olive de Corse est un pur délice !



- Le truc qui fâche...
Il ne faut pas la chauffer, cela déconstruit ses arômes.



Aussi délicieuse crue que cuite, cette huile est issue de variétés exclusivement provençales. *Azur Château Léoube, 19,80€ (50 cl). En vente dans les épiceries fines, au domaine ou sur le site www.chateauleoube.com*

LEA EOUZAN



Médaille d'or au dernier Salon de l'agriculture, cette huile de Corse aux arômes d'amande est une des chouchous du chef Sébastien Sevellec. *Domaine de Marquiliani, 18€ (1 l). En vente sur : www.corsica-colis.com www.umercatucorsu.com www.auxdelicescorses.com www.quai-des-oliviers.com*